

# National Multiple Sclerosis Society

---

[Home](#) > [Información en Español](#) > Reseña: Con los Pies en la Tierra

---

## Reseña: Con los Pies en la Tierra

### Con los Pies en la Tierra: Viviendo con la Esclerosis Múltiple

by *María Adelita Reyes-Velarde, MD, MPH-AM*

Are you more comfortable reading in Spanish—or know someone with MS who is? Dr. Reyes-Velarde, the manager of the Society's Underserved Population Program, has just published this important Spanish-language book on MS—with that in mind, we asked neurologist Dr. Gabriel Pardo to review the book in Spanish.



Las angustias, dudas y tribulaciones que se sienten al recibir el diagnóstico de esclerosis múltiple pueden ser profundas y desconcertantes. La incertidumbre destruye planes futuros y las relaciones familiares se ven afectadas. Inicialmente parece que todo se ha paralizado. El futuro es incierto. Con el paso del tiempo se empieza a entender mejor la enfermedad y se ponen en una perspectiva apropiada las verdaderas implicaciones de esta condición. Este proceso puede ser largo y difícil, dejando sinsabores y cicatrices emocionales. De manera contraria, el proceso puede ser relativamente fácil si se toma control de la situación adoptando una actitud positiva y aprendiendo acerca de la enfermedad para que no sea ella la que comanda tu vida

La Dra. María Adelita Reyes-Velarde, al escribir *Con los Pies en la Tierra*, le ha proporcionado a los hispano-parlantes un documento objetivo lleno de información práctica y relevante, que les dará los elementos fundamentales para afrontar los cambios que pueden ocurrir con la esclerosis múltiple. El libro se adhiere a los conocimientos científicos más recientes, pero está escrito en una prosa sencilla y agradable, lleno de anécdotas personales, lo que le proporciona un tono refrescante. Esta combinación de validez científica y realidad práctica no es gratuita pues la autora es a la vez una profesional médica y una paciente con esclerosis múltiple.

El texto cubre temas variados que van desde los conceptos básicos de la enfermedad tales como diagnóstico y tratamiento, hasta implicaciones laborales y sociales, pasando por terapias complementarias, síntomas y relaciones interpersonales. Está lleno de consejos prácticos que sin duda alguna le van a facilitar al lector llevar a cabo las actividades cotidianas que potencialmente no serán tan fáciles de hacer de ahora en adelante. Aquellos con un buen conocimiento de la enfermedad van a asegurar un mejor cuidado médico porque van a reconocer a tiempo y adecuadamente aquellas manifestaciones que requieren atención especial. Además están mejor preparados para comunicarse apropiadamente con su médico y obtienen más de cada visita.

Con los Pies en la Tierra le recuerda al lector quién está en control. Al fin y al cabo puede que tú tengas esclerosis múltiple, pero la esclerosis múltiple no te tiene a ti.

---

Ordene en [www.createspace.com/3405616](http://www.createspace.com/3405616)

Reviewed by Dr. Gabriel Pardo, a neurologist and neuro-ophthalmologist who specializes in MS. He is the Medical Director of the MS Center of Oklahoma at the Mercy NeuroScience Institute in Oklahoma City.

[¿Desea más información en español?](#)